

## SOINS DU VISAGE

## Soin éclat « rituel fleurs de Bali » (20min) - 56€

Profitez des délicates senteurs des fleurs tropicales de ce soin « coup d'éclat » inspiré des Rituels de beauté balinaïses et découvrez ses bienfaits alliant nettoyage de peau, bien-être et beauté.

## Soin-massage du visage « Ko Bi Do » jeunesse instantanée (20min) - 56€

Ce soin jeunesse instantanée « Ko Bi Do » s'inspire d'un rituel ancestral de beauté japonais, combinant des gestuelles de lifting naturel du visage à un soin personnalisé selon les zones les plus fragilisées, pour une efficacité et des résultats immédiats.

## Soin « Ko Bi Do » liftant et repulsant (50min) - 100€

Inspiré d'un Rituel japonais ancestral « Ko Bi Do », véritable lifting manuel du visage, ce soin « anti-âge » agit sur l'ensemble du visage et du cou, à travers des manœuvres profondes, pour retrouver une peau tonifiée, lissée et repulpée.

## Soin sublimateur « rituel aux cinq fleurs » (50min) - 100€

Issu d'un Rituel balinaïse, ce soin du visage tonifie et illumine la peau. Grâce à l'association des extraits de cinq fleurs tropicales et d'un massage du visage, de la nuque et des trapèzes, la peau est nettoyée et le teint plus lumineux.

## Soin-massage du visage rituel suprême de jeunesse « Ko Bi Do » (1h20) - 145€

Ce soin d'exception allie les effets des pharmacopées des cosmétiques Cinq Mondes choisis lors du soin aux manœuvres de la Dermapuncture® : dermopétrissage, réflexologie du visage, acupression, manœuvres liftantes et lissantes du « ridoki (rouleau) de jade », pour un véritable lifting naturel du visage. Ces 50 manœuvres liftantes permettent de revitaliser et repulper votre peau, et relancer ainsi son capital Jeunesse.

## Soin-massage du visage perfecteur de teint « rituel fleurs et fruits de Bali » (1h20) - 145€

Un véritable soin désincrustant, perfecteur de teint et coup d'éclat grâce aux techniques de la Dermapuncture®, associées à un masque et un massage ciblé apportant de la jeunesse au visage. Profitez pleinement des bienfaits des actifs naturels des fleurs tropicales et des acides naturels de fruits (AHAs) pour retrouver une peau purifiée et une barrière immune renforcée, un grain de peau lissé, et un teint lumineux.

## RITUELS DE SOINS (1H20) - 155€

## Rituel de siam

Gommage Éclat « Purée de Papaye » ⌚ 20min

Massage Balinaïse décontractant ⌚ 60min

## Rituel sublime de Polynésie

Gommage Sublime au Monoï de Tahiti ⌚ 20min

Massage Sublime de Polynésie Délassant ⌚ 60min

## Rituel de Bangalore

Gommage aromatique Énergisant aux Epices ⌚ 20min

Massage Ayurvédique Indien Tonifiant ⌚ 60min

## SOINS DU CORPS (20MIN) - 65€

## Gommage aromatique énergisant aux épices

Offrez-vous un moment de bien-être grâce à ce rituel ancestral inspiré des recettes de beauté et soins de l'île de Java. Laissez-vous transporter par les délicates senteurs de ce soin énergisant à base d'épices, de sels de mer et retrouvez une peau douce et satinée.

## Gommage éclat « purée de papaye »

Une technique de gommage née d'un Rituel du Siam, utilisant une « Purée de Papaye® » onctueuse aux grains fins. Délicatement exfoliée, votre peau retrouve son éclat et se voile d'un délicieux parfum.

## Gommage sublime au monoï de Tahiti

Inspirée des îles de Polynésie et parfaitement adaptée aux peaux les plus sensibles, cette préparation traditionnelle à base de fleurs de Tiaré macérées, de sucre et de poudre de noix de coco régénère la peau et éveille l'esprit.

## MASSAGES DU CORPS

## Massage sublime de Polynésie délassant (50min) - 100€

ou (1h20min) - 145€

Un massage hérité des guérisseurs de Polynésie et inspiré du Lomi-Lomi, utilisant des pressions et mouvements longs et continus des avant-bras. Les délicates notes de fleurs de Tiaré vous accompagnent tout au long de cette incroyable expérience de lâcher-prise.

## Massage Balinaïse décontractant (50min) - 100€ ou (1h20min) - 145€

Plongez dans un univers de tranquillité grâce à ce Rituel de massage ancestral balinaïse au « Baume Fondant aux Noix Tropicales® ». À cette évasion sensorielle s'associent lissages traditionnels et étirements doux Thaï.

## Massage Ayurvédique Indien tonifiant (50min) - 100€

Inspiré de la tradition indienne millénaire, ce massage tonifiant à l'huile chaude propose une alternance de rythmes variés aux fragrances de vanille et de cardamome.

## Massage Oriental traditionnel relaxant (50min) - 100€

Ce massage inspiré de la tradition orientale travaille l'ensemble du corps avec de l'huile d'argan chauffée et délicatement parfumée. Les mains expertes de la praticienne vous enveloppent de manœuvres lentes et profondes pour vous procurer un état de pur bien-être.

## Massage délassant des jambes (20min) - 56€

Un soin dédié au soulagement des jambes fatiguées. Ce massage tonique et drainant utilise des actifs naturels issus de la Pharmacopée chinoise. Vous retrouvez des jambes fraîches et légères pour une sensation de détente totale.



## FACE TREATMENTS

## « Bali flowers ritual » radiance facial treatment (20min) - 56€

Enjoy the delicate scents of tropical flowers in this « express radiance » treatment inspired by Balinese Beauty Rituals and discover its beneficial effects of skin cleansing, wellbeing and beauty.

## « Ko Bi Do » instant youth facial treatment (20min) - 56€

This Ko Bi Do instant youth treatment draws inspiration from a time-honored Japanese beauty ritual combining natural face lifting gestures and skincare tailored to the most fragile areas for immediate effectiveness and results.

## « Ko Bi Do » lifting and plumping facial treatment (50min) - 100€

This anti-wrinkle treatment is inspired by the time-honored Japanese Ritual, « Ko Bi Do », a remarkable manual face lifting technique, and acts on the whole face and neck with its deep massage movements that leave skin toned, smoothed and plumped.

## « Five flowers ritual » illuminescence facial (50min) - 100€€

Based on a Balinese ritual, this face treatment tones and illuminates the skin. Thanks to the combination of Tropical Five Flowers extracts, and massage of the face, nape and shoulder muscles, the skin is cleansed and the complexion more radiant.

## « Ko Bi Do » supreme youth facial treatment ritual (1h20) - 145€€

This exceptional treatment combines the beneficial effects of traditional botanical resources used in Cinq Mondes' skincare products, chosen during the treatment, with Dermalpuncture movements: dermal kneading, face reflexology, acupressure, lifting and smoothing massage movements using the "jade ridoki" (roller), for a truly natural face lift. These 50 lifting movements revitalize and plump your skin, and so rekindle its Youth capital.

## « Bali flowers and fruits ritual » skin perfection facial treatment (1h20) - 145€€

A real skin perfecting scrub treatment that enhances complexion radiance thanks to Dermalpuncture techniques combined with a mask and targeted massage that boosts facial youth. Take full advantage of the beneficial effects of natural active ingredients from tropical flowers and natural fruit acids (AHAs) to restore purified skin and strengthen its immune barrier, smooth skin texture and brighten the complexion.

## TREATMENTS RITUALS (1H20) - 155€€

## Rituel of siam

Polishing « papaya purée® » scrub ⌚ 20<sup>min</sup>

Deep-relaxing Balinese massage ⌚ 60<sup>min</sup>

## Sublime ritual from Polynesia

Sublime scrub® with natural Tahitian monoï ⌚ 20<sup>min</sup>

Relieving sublimè Polynesian massage ⌚ 60<sup>min</sup>

## Ritual from Bengalore

Refining aromatic scrub with precious and rar spices ⌚ 20<sup>min</sup>

Tonifying Indian ayurvedic massage ritual ⌚ 60<sup>min</sup>

## BODY TREATMENTS (20MIN) - 65€€

## Energizing aromatic scrub

Enjoy a wonderful moment of wellbeing with this ancestral ritual inspired by beauty recipes and treatments from the island of Java. With a fascinating earthy scent and a brilliant energizing recipe featuring zesty spices and sea salts, you'll awaken to a satin smooth skin and a stimulating sense of energy.

## Polishing « papaya purée® » s'crub

A body polishing technique used in a Ritual from Siam with creamy, finely grained « papaya purée ». After being delicately exfoliated and polished, your skin is supremely radiant and deliciously scented.

## Sublime scrub with Tahitian monoï

Drawing inspiration from the Polynesian Islands and perfectly suitable for the most sensitive skin, this traditional preparation of Monoï, made from infused Tiaré blossoms (Tahitian gardenias), raw sugar and ground coconut powder will regenerate skin and awaken the spirit.

## BODY MASSAGES

## Relieving sublime Polynesian massage (50min) - 100€€

## ou (1h20min) - 145€

A body massage treatment inherited from Polynesian healers and inspired by Lomi-Lomi, which uses deep pressure and long, continuous movements from the practitioner's forearms. Delicate notes of Tiare flowers accompany you throughout this blissful experience of relaxation and letting go.

## Deep-relaxing Balinese massage (50min) - 100€€ ou (1h20min) - 145€

Immerse in a world of tranquility performed with a traditional « Tropical Nuts Melting balm ® » according to an ancestral Ritual massage from Bali. This sensorial escape includes gentle Thai stretching and traditional smoothing movements.

## Tonifying Indian ayurvedic massage ritual (50min) - 100€

This hot oil tonifying massage, from the old Indian millennial tradition, includes a combination of different rhythms that rebalances body energies. Enjoy the vanilla and cardamom fragrances of this treatment which helps to relieve muscles, encourages a good sleep and leaves the skin silky-soft.

## Relaxing north African massage ritual (50min) - 100€€

A genuine art of living massage that works on the entire body using delicately perfumed hot Argan oil. The expert hands of the massage therapist work on tender knots and tensions to eliminate toxins and muscle pains while promoting a state of pure wellness.

## Revitalizing leg massage (20min) - 56€

A moment entirely dedicated to relieving tired, heavy legs. This toning and draining massage takes its natural active ingredients from the Chinese Pharmacopeia. Your legs enjoy an instant refreshing sensation and feel light and revitalized.



# MASSAGES & SOINS SIGNATURES LE SPA

## MASSAGES SIGNATURES

### Massage du visage et cuir chevelu (20min) - 56€

Ce massage, allant des épaules à la pointe des cheveux, associe manœuvres relaxantes et digito-pressions pour une décontraction absolue.

### Massage Relaxant ou Tonique (20min) - 56€ ou (50min) - 100€ ou (1h20) - 145€

Massage personnalisé, effectué sur-mesure en fonction des tensions ressenties.

En 20<sup>min</sup> : Ce soin est réalisé sur la face postérieure du corps (les pieds, l'arrière des jambes, le dos) afin de dissoudre les contractions musculaires pour vous apporter détente et bien-être.

En 50<sup>min</sup> ou 1H20 : Ce soin est effectué sur l'ensemble du corps, idéal pour un relâchement musculaire et une profonde relaxation.

### Massage Signature - Le Birdie (50min) - 100€€

« Mémorable Moment » du Spa, ce massage aux huiles chaudes intègre le jeu de 2 balles de golf pour un travail musculaire profond et un éveil sensoriel. Il rééquilibre le corps en énergie, dissout les tensions pour une détente absolue.

### Massage pour femme enceinte à partir du 3<sup>ème</sup> mois (50min) - 100€€

Soin cocooning qui soulage le dos, allège les jambes, améliore l'élasticité de la peau et prévient les marques de grossesse.

## RITUELS SIGNATURES

### Rituel Évasion (1h50) - 190€

Un massage au choix ⌚ 60<sup>min</sup>

Un soin du visage ⌚ 50<sup>min</sup>

### Rituel Zen (2h20) - 236€

Un gommage corporel au choix ⌚ 20<sup>min</sup>

Un massage au choix ⌚ 60<sup>min</sup>

Un soin du visage ⌚ 60<sup>min</sup>

### Rituel Plénitude (2h50) - 279€

Un gommage corporel au choix ⌚ 20<sup>min</sup>

Un massage au choix ⌚ 60<sup>min</sup>

Un soin du visage «KO BI DO» ⌚ 90<sup>min</sup>

## MASSAGES & SOINS SPÉCIFIQUES

### Réflexologie faciale (20min) - 56€

Une pratique venue de la médecine chinoise, drainante et énergétique. Elle consiste à exercer des points de pressions appuyés et lissés sur des zones du visage correspondant aux différents organes et parties du corps humain.

### Réflexologie plantaire (50min) - 100€€

Une pratique venue de la médecine chinoise, drainante et énergétique. Elle consiste à exercer des points de pressions appuyés et lissés sur des zones du pied correspondant aux différents organes et parties du corps humain.

### Beauté des mains ou des pieds sans pose de vernis (50min) - 75€€

### Pose de vernis classique (15min) - 25€€

### Épilation (sur demande à la réception du spa)

Épilation à la cire suivie d'une application d'huile apaisante.

## LES SOINS POUR ENFANT (6 À 12ANS)

### Mon premier massage (20min) - 48€

Si tu aimes te faire chouchouter comme papa et maman, ce massage spécialement adapté pour toi va te faire découvrir ce monde de bien-être et ses bienfaits.

### Petite frimousse : soin visage découverte (20min) - 48€

Envie de faire comme les grands. Avec ce moment ludique et gourmand, viens découvrir les premiers gestes essentiels pour prendre soin de ta peau.

### L'instant complicité : duo parents/enfants (20min) - 106€

Une parenthèse de bien-être et de complicité en duo avec papa ou maman. Votre enfant sera enchanté de découvrir l'univers des massages et des soins du visage.



# LE SPA SIGNATURES MESSAGES & TREATMENTS

## SIGNATURES MESSAGES

### Face and scalp massage (20min) - 56€

This massage, running from your shoulders to the top of your head, mixes relaxing techniques and fingers pressure for a lasting relaxation.

### Relaxing or tonic massage (20min) - 56€ / 50min) - 100€ / 1h20) - 145€

A tailor made massage ideally designed to release all targeted mild stress and tension.

In 20<sup>min</sup> : treatment covers the back of your body and feet, easing and removing all knots while creating an inner sense of peace and calmness.

In 50<sup>min</sup> or 1H20 : massage covering the whole body designed to release all targeted mild stress and tension. Perfect to reduce the strains built up in the muscles and improve your overall feeling of comfort.

### Signature massage - Le Birdie (50min) - 100€

The Spa's speciality, this modelling with hot oil is performed with golf balls, making it a highly sensorial treatment - full and round. Mix of different World Modelling techniques to dissolve muscle tension and give a great energy boost.

### Pregnant woman relaxing massage - from the 3<sup>rd</sup> month of pregnancy (50min) - 100€

A gentle treatment that relieves the back, lightens legs, improves skin elasticity and helps prevent stretch marks.

## SIGNATURES RITUALS

### « Evasion » signature ritual (1h50) - 190€

One massage of your choice ⌚ 60<sup>min</sup>

One facial treatment ⌚ 50<sup>min</sup>

### « Zen » signature ritual (2h20) - 236€

One body scrub of your choice ⌚ 20<sup>min</sup>

One body massage of your choice ⌚ 60<sup>min</sup>

One facial treatment of your choice ⌚ 60<sup>min</sup>

### « Plénitude » signature ritual (2h50) - 279€

One body scrub of your choice ⌚ 20<sup>min</sup>

One body massage of your choice ⌚ 60<sup>min</sup>

«Ko Bi Do» facial treatment ⌚ 90<sup>min</sup>

## MESSAGES & SPECIFIC TREATMENTS

### Facial reflexology « rebalancing » (20min) - 56€

A practice coming from Chinese medicine, draining and energetic, which consists in stimulating different points of the face corresponding to organs and areas of the body. It helps to clear blocked energy and toxins, increase circulation. Reflexology uses different techniques as rubbing, pressures and smooth.

### Foot reflexology « rebalancing » (50min) - 100€

A practice coming from Chinese medicine, draining and energetic, which consists in stimulating different points of the foot corresponding to organs and areas of the body. It helps to clear blocked energy and toxins, increase circulation. Reflexology uses different techniques as rubbing, pressures and smooth.

### Hands beauty or feet beauty (50min) - 75€

### Classic nail polish (15min) - 25€

### Dream skin (on request at the spa reception)

Waxing followed by soothing oils.

## KIDS TREATMENTS (FROM 6 TO 12 YEARS OLD)

### My first massage (20min) - 48€

If you like to be pampered as dad and mum, this massage specially adapted for you will make you discover this world of well-being and its benefits.

### Good looking : face treatment (20min) - 48€

Want to do like the big ones ? With this playful and greedy moment, come discover the first essentials gestures to take care of your skin.

### Complicity moment : parents/children duo (20min) - 106€

A parenthesis of well-being and complicity in duet with dad or mum. Your child will be delighted to discover the world of massages and facials.

